

ОСТОРОЖНО – ГАДЖЕТЫ!



Уважаемые родители, я часто слышу от детей, что они любят играть в компьютерные игры на ваших гаджетах. Хочу предостеречь! Сейчас это невинная затея, которая очень быстро может перерасти в зависимость. В период дошкольного детства мы можем легко ограничить время и создать условия (освещение, размер экрана, правильное расположение компьютера, безопасную тематику игры), но уже в первом классе большинство из вас приобретёт для ребенка телефон, и тогда...

Хочу познакомить вас со статьей

<https://www.colady.ru/10-priznakov-zavisimosti-detej-ot-kompyuternyx-igr-i-interneta-vred-kompyutera-dlya-detej.html>.

И прошу вас сделать выводы, стоит ли при ребенке проводить (даже по работе) много времени в интернете или стоит устраивать домашние совместные игры и развлечения с детьми, особенно в период новогодних праздников. Пример нашего поведения (взрослых) самый действенный прием воспитания правильных привычек детей.

«Споры о вреде и пользе компьютера для малышей не утихают с самого появления этого продукта новых технологий в наших квартирах. Причем, никем уже даже не обсуждается вопрос времени, проведенного за монитором (всем известно, что чем реже – тем здоровее), а речь идет о конкретном вреде и привязанности, которую уже приравнивают к серьезной зависимости...

Все мы помним о случаях зависимости людей от игровых автоматов – проигрывались последние деньги, рушились семьи, уходили на задний план близкие люди, работа, реальная жизнь. Корни компьютерной зависимости те же: регулярная стимуляция центра удовольствия в человеческом мозге приводит к тому, что постепенно сформированный недуг вытесняет из потребностей человека все, что не относится к его любимому занятию. С детьми все еще сложнее – зависимость более сильная, а удар по здоровью – двойной.

Вред компьютера для детей – возможные физические и психические отклонения у зависимого от компьютера ребенка. Психика и физическое здоровье ребенка, намного более слабые и «шаткие», чем у взрослых. И вред

от компьютера, при отсутствии должного внимания родителей к этому вопросу, может стать очень серьезным

- **Излучение электромагнитных волн.**

Для детей вред излучения вдвойне опаснее – в «перспективе» любимый ноутбук может аукнуться эндокринными заболеваниями, нарушениями в работе мозга, постепенным снижением иммунитета и даже онкологией.



- **Психическое перенапряжение.**

Обратите внимание на свое чадо в момент его полного погружения в виртуальный мир – ребенок никого не слышит и не видит, обо всем забывает, напряжен до предела. Психика ребенка в этот момент подвергается сильному стрессу.

- **Духовный вред.**

Ребенок – это «пластилин», из которого лепится человек соответственно той информации, которую малыш впитывает извне. А «извне», в данном случае – интернет. И редкий случай, когда ребенок использует ноутбук для самообразования, прочесывания развивающих игр и чтения книг. Как правило, внимание ребенка сосредоточено на той информации, от которой мама с папой в реальной жизни его отгораживают. Безнравственность, выползающая из интернета, крепко обосновывается в сознании ребенка.

- **Зависимость от интернета и компьютерных игр** вытесняет потребность в чтении книг. Падает уровень образованности, грамотности, кругозор ограничен играми, форумами, соцсетями и сокращенными версиями книг из школьной программы. Ребенок перестает думать, потому что необходимости в этом нет – все можно найти в Сети, там же проверить орфографию, там же решить задачи.

- **Теряется потребность в общении.** Реальный мир уходит на задний план. Реальные друзья и близкие люди становятся менее нужными, чем тысячи лайков под фотографиями и тысячи «друзей» в соцсетях.

- **При замене реального мира на виртуальный,** ребенок теряет способность общаться с людьми. В Сети он уверенный в себе «герой», а в реальности не может связать и двух слов, держится обособленно, не способен наладить контакт со сверстниками. Все традиционные моральные ценности теряют свою значимость, и им на замену приходят сетевая безнаказанность, изменчивость желаний и ноль стремлений. Еще опаснее, когда на сознание

ребенка начинает влиять информация с ресурсов порнографического характера, сектантского, ритуального, нацистского и пр.

- **Катастрофически быстро портится зрение.** Даже при хорошем дорогом мониторе. Сначала боль в глазах и краснота, потом снижение зрения, двоение в глазах, синдром сухого глаза и более серьезные заболевания глаз.

- **Малоподвижный образ жизни** отражается на неокрепшем позвоночнике и мышцах. Мышцы ослабевают, становятся вялыми. Позвоночник искривляется – появляется сутулость, сколиоз, а за ним и остеохондроз. Туннельный синдром запястья – одна из самых «популярных» проблем у зависимых от ПК людей. Ее признаки – сильные боли в районе запястья.



- Повышается утомляемость, растет раздражительность и агрессивность, снижается сопротивляемость организма заболеваниям.

- Появляются головные боли, нарушается сон, головокружение и потемнение в глазах становятся чуть ли не нормой из-за своей частоты.

- Возникают проблемы с сосудами. Что особенно чревато последствиями для детей с ВСД.

- Перенапряжение шейного отдела позвоночника приводит к плохому кровоснабжению мозга и его кислородному голоданию. Как следствие – мигрени, апатия, рассеянность, полуобморочные состояния и пр.

- Образ жизни ребенка, постоянно просиживающего за компьютером, изменить впоследствии будет очень сложно. Не только спорт – даже обычная прогулка на свежем воздухе, необходимая юному организму, отвергается в угоду мировой паутины. Снижается аппетит, замедляется рост, возникают проблемы с массой тела.



Конечно, компьютер – не страшное чудовище, и он во многом может стать полезной техникой и помощником в учебе. Но только в том случае, если

используется во благо ребенка под неусыпным контролем родителей и строго по времени. Учите ребенка черпать информацию в книгах и научных фильмах, во внешнем мире. И учите его получать удовольствие от жизни, чтобы не было необходимости искать это удовольствие в интернете.»

Вывод: мы живем в эпоху развитых информационных технологий. Без знания компьютера современному человеку будет сложно. Стоит относиться спокойно к тому, что наши дети рано или поздно освоят эту «чудо-машину». Это поможет им в обучении и в поисках хорошей работы. Главное – помнить о вреде, который может принести компьютер, если не соблюдать элементарные правила пользования. Интернет не должен заменять живого общения и в жизни старшего дошкольника может занимать не более 15 – 20 минут, желательно передачи про природу, интересный короткий мультипликационный фильм, развивающие детские игры.

ИГРЫ ДЛЯ СОВМЕСТНОГО ПРОВЕДЕНИЯ ПРАЗДНИЧНЫХ ВЫХОДНЫХ

- Игры и спорт на природе (санки, лыжи, снежки, снежные крепости, снежные скульптуры, хоккей, уличные гуляния)
- складывание разрезных картинок. Разрезные картинки представляют собой варианты игры, суть которой состоит в том, чтобы из отдельных частей собрать целое изображение. Разрезная картинка - это картинка, разрезанная по прямым линиям. Ребенку не надо думать о форме частей, и он может сосредоточиться на изображении. Собирая картинку, ребенок должен представить, что он собирает, иными словами, у него должен возникнуть образ, который будет направлять его действия. При этом он должен соотносить части между собой и со всей картинкой, то есть находить для каждой части свое, единственно верное место. Иначе картинка не получится. Это требует от ребенка серьезной работы мысли, внимания и сосредоточенности. Складывая разрезные картинки, ребенок учится осознавать целостность предмета, складывать из частей целое, у него развивается мышление, пространственная ориентировка, тренируется память. Разрезные картинки прекрасно влияют на развитие мелкой моторики рук. Разрезные картинки являются хорошим диагностическим инструментарием, так как всегда дают конечный легко фиксируемый результат (картинка либо собрана полностью, либо нет). Необходимо постоянно усложнять варианты игр с разрезными картинками: менять линию разреза (прямая, фигурная), количество частей, на которые разрезается картинка (от двух до нескольких десятков), содержание изображения на картинке (от одного или нескольких предметов до сложного фантастического сюжета).
- Не стоит в старшем дошкольном возрасте отказываться от разрезных кубиков, только изображенный сюжет, должен иметь информационную составляющую и быть достаточно сложным. Кубики хороши тем, что помимо сосредоточения на изображении выкладываемого сюжета, необходимо покрутить кубик, чтобы выбрать нужную сторону с необходимой частью,

поэтому у ребенка развиваются сразу все свойства внимания: сосредоточенность, устойчивость, объем, распределение и переключение.



- Пазлы с каждым годом приобретают все большую популярность. И в этом нет ничего удивительного! Ведь эта игра развивает воображение, логическое мышление, мелкую мышечную моторику, внимание, целостность восприятия. От разрезных картинок пазлы отличаются тем, что имеют кривую линию соединения деталей. Здесь ребёнку предстоит сопоставить форму одной детали с формами соседних деталей. При этом ему необходимо учитывать, что на них изображено и получается ли при их соединении цельное изображение. Пазлы необходимо выбирать, в соответствии с возможностью ребенка, если набор имеет очень большое количество деталей, то ребенок может потерять интерес из-за сложности выполнения задания, ведь он нацелен на результат, но не достигнем необходимого развития. Подбирайте пазлы на интересующую вашего ребенка тематику с достаточным количеством деталей. Пазлы могут стать объединяющим моментом для всех членов семьи, что в свою очередь усилит мотивацию участия для ребенка и даст наибольший

- Конструкторы и мозаики

- В сети магазинов «Леонардо – для рукоделия и мастерства» – вы сможете найти большое количество различных игр и заданий для детей (как мальчиков – выжигание, конструирование, макетирование, лепка..., так и девочек – плетение, раскраски, шитье, вышивка, аппликация).



Практически любая деятельность, при правильной организации и вашей совместной работе с ребенком, принесут ему радость и пользу в формировании ручных навыков.

Учитель-дефектолог М. И. Нечуговских